

4 Mampf

Ernährung in Kindergarten und Unterstufe

Eine ausgewogene Ernährung ist wichtig für das Wohlbefinden und die Gesundheit.

Dieser Koffer greift Themen rund um die Ernährung auf wie Einkaufen und die Herkunft von Brot, Milch, Fleisch etc., sowie Bewegung und Ausruhen.

Dabei wird bewusst auf die Einteilung von «guten» und «schlechten» Lebensmitteln verzichtet. Vielmehr sollen die 6- bis 8-jährigen Kinder spielerisch an das Thema herangeführt werden. Das Handbuch ist angereichert mit Hintergrundinformationen und weiteren Tipps für Lehrpersonen.

5 Anti-Gewalt

Der Umgang mit Aggressionen ist ein zentrales Thema der Erziehung und der Förderung von sozialen Kompetenzen. Dazu gehört, dass Kinder vor dem Erleben von Gewalt geschützt werden und die Möglichkeit haben, ein gewaltfreies Miteinander zu lernen. Es geht darum, Kinder stark und selbstbewusst zu machen. Dieser Koffer für Kinder vom Kindergarten bis und mit dem 3. Schuljahr beinhaltet aneinanderfolgende Unterrichtseinheiten, die von einem Puppenpaar moderiert werden.



Verantwortliche

Gesamtverantwortung

Freddy Businger

Aggression

Freddy Businger

Mampf – Ernährung

Heidi Rast, Judith Reichmuth

Illegale Drogen

Susanne Dillier

Stress – Krise – Tod – Trauer

Judith Reichmuth

Gwundernase – Sexualerziehung

Heidi Rast



Alkohol

Susanne Dillier



Körperwahrnehmung

Freddy Businger



Mobbing

Judith Reichmuth



Tabak

Freddy Businger



Verhütung

Heidi Rast

Für die Reservierung der Koffer erreichen Sie uns von Montag bis Freitag von 9 bis 12 Uhr und von 13.30 bis 17 Uhr unter 041 859 17 27 in Goldau unter 055 451 27 17 in Lachen oder per E-Mail an gesundheit-schwyz@spd.ch

Besuchen Sie unsere Homepage:
www.gesundheit-schwyz.ch

Alkohol Tabak
Verhütung
Körper Mobbing
Aggression
Krisen Drogen
Ernährung
Sexualerziehung



Zehn praktische Unterrichtskoffer

gesundheit  schwyz

Gesundheitsförderung und Prävention
Centralstrasse 5d · 6410 Goldau
Telefon 041 859 17 27
Fax 041 859 17 29
gesundheit-schwyz@spd.ch
www.gesundheit-schwyz.ch



Sinn und Zweck

Die Unterrichtskoffer bieten Lehrpersonen ein pädagogisch, didaktisch und fachlich aktuelles Angebot an Hilfsmitteln, damit die Schülerinnen und Schüler fundiert über Inhalte der Gesundheitsförderung und Prävention informiert werden und sich auf vielfältige Weise damit auseinandersetzen können.



Zielgruppe sind Schülerinnen und Schüler zwischen 6 und 17 Jahren.

Inhalt der Koffer

Die Koffer sind sogenannte Rollkoffer. Jeder Koffer hat je nach Thema unterschiedliche Inhalte. Grundsätzlich besitzt jeder: **ein Handbuch** (Ordner) mit Informationen zum Thema, mit Lektionsideen, mit didaktischen Überlegungen zu Medien und Anschauungsmaterialien, mit Folien und Arbeitsblättern. **Anschauungsmaterial** wie Plakate, Medien und Gegenstände.

Ausleihe

Schulen im inneren Kantonsteil können die Koffer in Goldau bei **gesundheit schwyz** (Tel. 041 859 17 27) reservieren und abholen. Schulen im äusseren Kantonsteil reservieren den Koffer beim Sozialpsychiatrischen Dienst in Lachen (Tel. 055 451 27 17) und holen ihn dort ab.

Für den Einsatz wird pro Koffer eine Depotgebühr von 50 Franken erhoben. Diese werden nach Rückgabe des vollständigen Koffers zurückerstattet.

Seit Herbst 2009 sind folgende Koffer erhältlich.

Alkohol
Körperwahrnehmung
Mobbing
Tabak
Verhütung

Diese Koffer bleiben selbstverständlich weiterhin im Angebot.

Neue Koffer

1 Stress – Krise – Tod – Trauer

Das Jugendalter ist eine der Übergangsphasen, die wir im Leben zu bewältigen haben. In solchen Lebensabschnitten ist die psychische Gesundheit besonders anfällig. Darum ist es wichtig, das psychosoziale Wohlbefinden zu pflegen. Dieser Koffer behandelt Stress, psychische Krisen, Tod und Trauer. Speziell wird auch auf Suizid im Schulumfeld eingegangen. Darin enthalten sind Unterrichtsvorschläge für die Oberstufe, Hintergrundinformationen für Lehrpersonen und Anlaufstellen, wo weitere Unterstützung zu finden ist.



2 Gwundernase

Sexualerziehung für Kinder von vier bis acht Jahren
«Wie kommt das Baby in den Bauch?» Auf solche Fragen braucht es ehrliche Antworten, denn Kinder wollen entdecken, erkennen und begreifen, auch wenn es um Liebe und Sexualität geht. Dieser Koffer bietet eine Vielfalt an altersgemässen Vorlagen, Spielen und verschiedensten Materialien damit die «Gwundernasen» auf ihre Rechnung kommen. Die wichtigsten Themen plus Hintergrundinformationen sind: Mein Körper – dein Körper, Zeugung – Schwangerschaft – Geburt und Nähe – Distanz.



3 Illegale Drogen

Für die Schülerinnen und Schüler der Oberstufe sind Informationen zu Suchtmitteln wichtig. Dieser Koffer liefert Grundlagenwissen zu Aspekten des Drogenkonsums. Im Kapitel «Drogen und Nervensystem» wird erklärt, wie Drogen in den Hirnstoffwechsel eingreifen und ihn dauerhaft verändern können. Das Kapitel «Menschen und Drogen» zeigt die Funktionen von Drogen früher und heute auf. «Warenkunde» befasst sich mit pflanzlichen, halbsynthetischen und synthetischen Drogen und der rechtlichen Situation. Das Kapitel «Drogenpolitik» führt zu gesellschaftlichen Aspekten des Drogenkonsums.